

2019年11月1日

第55号

北坂戸 にぎわいサロン 通信

城西大学

発行所・編集：城西大学総務課
〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1
<http://www.josai.ac.jp/>

お問い合わせ

- ・城西大学総務課 または北坂戸にぎわいサロン
- ・電話：(大学) 049-271-7712 (サロン) 049-283-4750
- ・開館日：火・水・木・金 11:00～17:00



お知らせ

蚤の市を毎月第1日曜日に開催しております。
次回は11月3日(日)11:00～17:00です。ぜひご来場ください。

～北坂戸にぎわいサロン～ 蚤の市を毎月第一日曜に開催中！ぜひご来場ください！

北坂戸にぎわいサロンにて、蚤の市を定期開催しております。最大12ブースが出店し、
色々な商品が並んでおります。どなたでもサロン内へお入りできますので、ぜひお立ち寄りください！

■本年度開催日時

第4回 11月3日(日) 11時00分～17時00分 第4回 12月1日(日) 11時00分～17時00分
第5回 2月2日(日) 11時00分～17時00分 第6回 3月1日(日) 11時00分～17時00分



蚤の市出店の様子



多彩な出店ブースがサロン内に並ぶ

城西大学薬学部 医療栄養学科コラム

意外と知られていない 鮎の生活史

鮎は、スイカのような豊かな香りがすることから香魚(こうぎょ)と言われます。また、鮎の寿命が一年であることから年魚(ねんぎょ)とも呼ばれます。秋に、孵化した幼魚は海に降り、動物プランクトンを食べて冬を過ごします。体長7センチ程度になると、川を上がり始め水苔の藍藻や珪藻を食べて大きくなります。天然の鮎には、抗疲労効果を有するアンセリンという成分が多く含まれています。寒暖差が大きいこの季節、鮎を食べて元気になりませんか。

【考案者】城西大学大学院 医療栄養学専攻
食品機能学講座 博士後期課程2年
管理栄養士 野村 佳歩

時短！ にんにく風味
鮎の甘露煮
詳しいレシピはサロンにて♪

